

Das Fenster zum Hof - KW 43/22

Gibt es schon **Topaz**? Endlich: **Ja**. Wir müssen aber Aloisius die Chance geben, alle anderen **leckeren Äpfel** in seinem Lager zu verkaufen - davon hat er noch genug. Bis dahin gibt es den Topaz im Shop als Zusatzbestellung. Zu nächstliefern wir die zuletzt gepflückten und am **Baum** voll ausgereiften Äpfel. Wir finden aber, Topaz schmeckt erst auf der Höhe des Winters, im Februar richtig gut. Wie Wein, braucht er **Zeit** im Lager um sich zu entwickeln.

Der Übergang aus dem Sommer in den **Herbst** (vom Winter ganz zu schweigen) kommt in unseren Breiten oft überraschend schnell. Noch vor wenigen Wochen war es allen viel zu warm. Jetzt wird es zunehmend **trübe** und hier im Vorgebirge gab es schon dichten Nebel. Mit zunehmender Kühle steigt das Verlangen nach **herzhafter** und nährender Kost. Jetzt beginnt die Zeit der Kohlpflanzen, die sich in feuchter, kühler Luft besonders wohl fühlen. Von Theo bekommen wir den ersten großen "Schwung" **Weißkohl**, der direkt vom Acker und ohne den Umweg über das Lager, in die Kisten kommt.

Die Gärtner sind weiter und überwiegend damit beschäftigt die großen **Mengen Kartoffeln** und **Kürbisse** zu sichten und zu sortieren. **Faule** Exemplare könnten leicht eine ganze Kiste **anstecken**. Bei der eintönigen Arbeit ist **Sorgfalt** gefragt. Wir freuen uns, dass wir in der letzten Woche ungewöhnlich viele Kartoffeln verkaufen konnten und hoffen, Sie haben Ihre Freude daran

Immer wieder gibt es gegenwärtig Probleme mit unseren **Lieferfahrzeugen**. Einfach Neue kaufen ist nicht möglich. Es gibt Lieferzeiten von gut einem Jahr. So müssen wir immer wieder Transporter leihen und Touren **umverteilen**. Das macht die Vorhersage, um welche Uhrzeit die Lieferung kommt, immer schwerer. Es tut uns Leid, wenn wir gewohnte **Lieferzeiten** am Tag nicht immer einhalten können und freuen uns über jeden Abstellhinweis, der den Kollegen in den **Apfelbacher-Autos** die Arbeit etwas leichter macht

Immer am **Donnerstag** erstellen wir für alle Abokunden neue Aufträge und füttern den Shop mit den aktuellen Kistenzutaten sowie Aufträgen. Danach bekommen Sie eine **Hinweis-mail**. Bitte bearbeiten Sie erst **danach** Ihren Warenkorb. So behalten Sie die Übersicht und ersparen uns Nachfragen.

Alle Rezeptblätter des kompletten vergangenen Jahres finden sich auf unserer Homepage unter: Infos > Wochenrezepte und Infos. Neu ist dort ein Schlagwortverzeichnis mit Direkt-Links zu Rezepten. Im Blog gibt es regelmäßig Bilder und Infos zu Hof und Gemüse

Cole Slaw

1/2 Weißkohl, 2 Möhren, 1 Paprika, 1/2 Kohlrabi, 1/2Bd Radieschen, 150gr Mayo (siehe Grundrezept), 100gr Joghurt, Zitronensaft, Salz/Pfeffer/Zucker, frische Kräuter nach Geschmack oder Vorrat (Dill, Koriander oder Minze sind Klasse)

Alle Gemüsezutaten entweder mit einem Streifenhobel (wer hat) oder einem scharfen Messer (wer kann) in möglichst feine Streifen schneiden und mit zwei Tl Salz mischen und etwas einmassieren. In ein Abtropfsieb geben und ca. eine halbe Stunde abtropfen lassen - evtl. etwas ausdrücken. Mayo (aus dem Glas oder selbst gemacht) mit Joghurt mischen, vielleicht mit etwas Wasser oder Milch verdünnen. Würzen mit Pfeffer aus der Mühle, Zucker nach Geschmack und Zitronensaft. Das abgetropfte Gemüse und feingehackte Kräuter unterheben. Klasse zu Ofenkartoffeln und fast allem vom Grill. Reste halten sich problemlos ein paar Tage im Kühlschrank.

Warmer Rübchensalat

1 Bd. Herbstrübchen, Walnuss- oder Olivenöl, Weißweinesig, Salz + Pfeffer, Petersilie

Rübchen halbieren, dann in Scheiben schneiden, mit wenig Wasser sehr kurz blanchieren, kalt abspülen und abtropfen lassen, Blätter waschen, grob zerkleinern, ebenfalls kurz blanchieren, abschrecken und abtropfen lassen. Beides in einer Schüssel vermengen. Aus Öl, Essig, Salz + Pfeffer eine Salatsauce rühren und über die Rübchen geben. Mit fein geschnittener Petersilie bestreut noch warm zu gebutterten Salzkartoffeln servieren.

Weißkohl mit Zwiebeln (schnell und einfach)

1 Weißkohl, zwei große Zwiebeln, Salz/Pfeffer, Öl, Salz, etwas Zitronensaft, gehackte Petersilie

Das Gericht funktioniert besonders gut mit dem frisch gereteten Kohl, der noch eine recht kurze Garzeit hat. Den Kohl halbieren, den Strunk herausschneiden und die Hälften in Stücke schneiden (ca. 2 Euro Münzgröße). Zwiebeln halbieren, das Wurzelende heraus schneiden und in ca. 5mm Streifen schneiden. Öl in einer großen Pfanne heiß werden lassen, Zwiebeln und Kohl zusammen hinein geben, salzen und unter wenden ca. 5-6 Minuten braten. Farbe darf sein. Durch das kurze Braten haben die Zwiebeln noch Biss, aber ihr scharfes, rohes Aroma verloren. Würzen mit etwas Zitronensaft, Petersilie und Pfeffer. Vermischt mit Butterreis oder frischer Pasta.

Herzhafte Weißkohl Pfanne mit Rote Bete

500gr Rote Bete, 200 g Möhren, 300 g festkochende Kartoffeln, Salz, 1/2 Weißkohl, 2 Zwiebeln, Öl, Pfeffer, 1 Ei Tomatenmark, 1 Tl Edle süß Paprika, 250 ml Gemüsebrühe, Kümmel, etwas Essig

Rote Bete, Möhre und Kartoffeln in grobe Würfel schneiden. Salzen und mit ganz wenig Wasser ca. 10 Minuten zugedeckt kochen. In der Zwischenzeit aus dem Kohl den Strunk entfernen und in grobe Flecken schneiden. Zwiebeln in Ringe schneiden. Bete, Möhren und Kartoffeln in einen Sieb geben, gut abtropfen lassen. Die Kochflüssigkeit auffangen. Öl in einer großen, beschichteten Pfanne erhitzen. Möhren, Bete und Kartoffelwürfel hinein geben und unter Wenden ca. 5 Minuten braten. Kräftig mit Salz und Pfeffer würzen, herausnehmen und warmstellen. Noch einmal Öl in der Pfanne erhitzen, und Kohlstücke unter Wenden ca. 6 Minuten braten. Nach ca. 4 Minuten Zwiebeln zugeben. Tomatenmark hinein geben, kurz anschwitzen. mit Paprika bestäuben. Brühe zugeben und aufkochen. Möhren, Bete und Kartoffelwürfel wieder hinein geben und ca. 3 Minuten köcheln. Mit Salz, Pfeffer, Kümmel + Paprika und einem Schuss Essig abschmecken.

Dazu schmeckt Leberkäse und /oder eine große Schüssel Endivien-Salat.

Pastinakenpüree

500g Pastinaken, Salz, Butter

Die Wurzeln schälen, würfeln und gerade mit Salzwasser bedeckt in ca. 15 Min. gar kochen. Abgießen (den Fond abgekühlt in einem Glas im Kühlschrank aufbewahren - er eignet sich als Gemüsefond), pürieren und, Pfeffer und etwas Muskat abschmecken. Ein gutes Stück Butter unterrühren und zu Reis und/oder dem Pfannenbrokkoli servieren.

Brokkoli aus der Pfanne

Brokkoli, Butter, Salz, Pfeffer

Brokkoliblüten vom Strunk brechen, und in ca 1cm Scheiben schneiden. Den Strunk schälen und ebenfalls in Scheiben schneiden. In eine Pfanne geben etwas salzen und den Boden der Pfanne mit 2-3 mm Wasser bedecken. Zum Kochen bringen und für ca. eine Minute einen Deckel auflegen. Dann wieder offen alles Wasser verkochen lassen. Jetzt die Hitze etwas zurückschalten, Butter dazugeben und den Brokkoli bei mittlerer Hitze fertig braten. Beim Braten nach Belieben noch Knoblauch oder Mandelstifte oder Chili oder feingehackte Bundzwiebeln zufügen. Statt Butter geht natürlich auch Öl. Würzen mit etwas Pfeffer und Zitronensaft.

Überbackene Sellerierösti

250gr Kartoffeln, 250gr Knollensellerie, 2El Bratfett, 2El Butter (oder Olivenöl), 125gr Raclette oder anderer Reibekäse

Kartoffeln und Sellerie waschen, schälen, grob reiben, mischen und leicht salzen. Bratfett erhitzen. Die Kartoffel-Sellerie-Mischung hinein geben. Unter gelegentlichem Wenden goldbraun braten, dabei nach und nach noch Butter dazugeben. Käse in Scheiben schneiden. Auf die fertigen Sellerierösti legen und bei 180 Grad 5 Minuten überbacken.

** ABO Gemüse Salat Obst

von 24.10.2022 bis 30.10.2022

Kartoffel

12.....Tüte	Kartoffeln, festk. 2,0 kg regional eig	4,20 €/Tüte
15.....Netz	Kartoffeln, vorw. festk. 12,5kg regi	21,90 €/Netz DB
19.....Stück	4kg Kartoffeln regional eig. Anbau - DE	7,50 €/Stück
22.....Tüte	Kartoffeln, mehlig 2,0 kg regional ei	4,90 €/Tüte
40.....Stück	Backofen Kartoffeln ca 3-500gr re	2,70 €/kg u - Di

Gemüse

100.....kg	Brokkoli regional eig. Anbau - DB	5,99 €/kg
110.....St.	Kohlrabi Stück regional eig. Anbau - DI	1,90 €/St.
122.....St.	Chinakohl, Stück regional eig. Anbau	2,99 €/St.
133.....St.	Weißkohl, St regional - DB	2,80 €/St.
144.....St.	Rotkohl Stück regional - DB	2,70 €/St.
155.....St.	Wirsing, Stück regional - DB	3,50 €/St.
160.....kg	Grünkohl regional eig. Anbau - DB	5,50 €/kg
161.....kg	Palmkohl regional eig. Anbau - DB	6,50 €/kg
170.....St.	Blumenkohl, St weiß 750gr+ Deuts	5,30 €/St.
188.....Stk	Spitzkohl Stück Deutschland - DB	3,50 €/Stk
201.....St.	Salat 1 regional eig. Anbau - DB	2,10 €/St.
211.....Stück	Salat Endivie regional eig. Anbau - DB	2,75 €/Stück
255.....Stück	Chicoree Niederlande - IA	7,90 €/kg
275.....Stück	Radicchio, St GROSS 250gr+ region:	2,90 €/Stück
300.....Stück	Möhren regional eig. Anbau - DB	3,50 €/kg
301.....Bund	Möhren Bund regional eig. Anbau - DB	3,20 €/Bund
331.....Stück	Sellerie, Stück ca 7-900gr regional €	3,50 €/Stück
335.....St.	Staudensellerie Stück 300gr+ regi	3,40 €/St.
340.....Stück	Rote Bete, Kilo regional eig. Anbau - DI	3,50 €/kg
341.....Bund	Rote Bete, Bund regional eig. Anbau -	2,90 €/Bund
351.....Bund	Herbstrübchen, Bund regional eig. A	3,10 €/Bund
377.....Bd.	Radieschen Italien - IA	2,15 €/Bd.
378.....Stück	Rettich weiß, Kilo regional eig. Anbau	4,90 €/kg
380.....kg	Pastinaken, kg regional eig. Anbau - D	4,90 €/kg
382.....Stück	Petersilienwurzel, kg Niederlande -	6,50 €/kg
384.....kg	Topinambur Niederlande - IA	5,90 €/kg
386.....Stück	Bataten Spanien - IA	5,20 €/kg
387.....Stück	Bataten, regional regional eig. Anbau	6,50 €/kg
388.....kg	Schwarzwurzeln Niederlande - IA	5,90 €/kg
400.....Stück	Zwiebeln Deutschland - DN	2,95 €/kg
411.....Stück	Zwiebeln, rot Deutschland - DN	3,50 €/kg
422.....Stück	Gemüsezwiebeln kg Spanien - IA	3,30 €/kg
433.....kg	Schalotten Niederlande - IA	7,90 €/kg
440.....Stück	Porree, Kilo regional eig. Anbau - DB	5,50 €/kg
445.....Bd.	Bundzwiebeln regional eig. Anbau - DI	2,10 €/Bd.
456.....Stück	Knoblauch-KNOLLE Spanien - IA	11,90 €/kg
500.....Bund	Petersilie, Bund Deutschland - DD	1,80 €/Bund
501.....Bund	Dill, Bd Deutschland - DB	2,25 €/Bund
521.....Bund	Salbei, Bund regional eig. Anbau - DB	0,80 €/Bund
523.....Stück	Thymian, Bund regional eig. Anbau - D	0,80 €/Stück
524.....Bund	Bohnenkraut, Bund regional eig. Anb	2,25 €/Bund
533.....Bund	Rosmarin, Bund regional eig. Anbau -	2,25 €/Bund
540.....Stück	Kresse Schale Deutschland - EG	1,00 €/Stück
541.....Stück	Rettichkresse, rot Deutschland - EG	1,40 €/Stück
588.....Bund	Gemischter Kräuterbund regional €	2,00 €/Bund
590.....Stück	Ingwer Peru - IA	8,90 €/kg
591.....kg	Kurkuma frisch Costa Rica - IA	12,90 €/kg
592.....Stück	Zitronengras Spanien - IA	2,80 €/Stück
611.....Stück	Paprika rot Spanien - IA	7,70 €/kg
622.....Stück	Paprika gelb Spanien - CRAE	7,90 €/kg
633.....Stück	Paprika grün Niederlande - IA	4,95 €/kg
674.....kg	Türk. Gewürzpaprika regional eig. A	9,90 €/kg
677.....Stück	Peperoni rot oder grün Kilo Spani	12,90 €/kg

688.....kg	Bratpaprika Spanien - IA	12,95 €/kg
711.....Stück	Tomaten regional - DB	5,50 €/kg
777.....Stück	Cherrytomaten 250gr Spanien - IA	8,99 €/kg
800.....kg	Spinat Niederlande - IA	6,50 €/kg
833.....kg	Mangold, grün regional eig. Anbau - DI	5,60 €/kg
911.....St.	Schlangengurken ca. 300g+ Spanie	1,90 €/St.
922.....Stück	Landgurke Spanien - IA	5,90 €/kg
955.....kg	Pilze Steinchampignons Deutschlar	12,90 €/kg
966.....kg	Pilze Austernpilze, Kilo Deutschlanc	18,90 €/kg
977.....kg	Pilze Shiitake Deutschland - DB	26,50 €/kg
988.....kg	Pilze Kräuterseitling Deutschland - C	26,50 €/kg
1001.....Stück	Avocado Hass Mexico - IA	10,90 €/kg
1010.....Stück	Fenchel regional eig. Anbau - DB	5,50 €/kg
1011.....Stück	Fenchel Stück mit Grün regional eig	1,65 €/Stück
1110.....Stück	Auberginen Spanien - CRAE	4,95 €/kg
1150.....Schale	Suppengemüse diverse Länder - BIO	3,90 €/Schale
1200.....Stück	Zucchini, Kilo regional eig. Anbau - DB	6,90 €/kg
1211.....St.	Kürbis HOKKAIDO ca. 0,9 -1,3kg re	2,99 €/St.u - DB
1212.....Stück	Kürbis Hokkaido KLEIN 500g+ regic	1,90 €/Stück
1223.....Stück	Kürbis Butternut 800gr+ regional eig	3,65 €/Stück

Obst

1500.....Stück	Äpfel 1, diverse Sorten regional - DI	3,95 €/kg
1501.....Stück	Äpfel 2, diverse Sorten regional - DI	3,95 €/kg
1522.....Stück	Äpfel Topaz regional - DB	4,40 €/kg
1577.....Stück	Birnen regional - DB	4,50 €/kg
1588.....Stück	Quitten Deutschland - DD	6,90 €/kg
1600.....Stück	Orangen Spanien - CRAE	4,20 €/kg
1633.....Stück	Clementinen Italien - ICEA	5,40 €/kg
1635.....Stück	Satsumas Italien - ICEA	4,40 €/kg
1640.....Stück	Grapefruit, kg Spanien - CRAE	4,95 €/kg
1644.....Stück	Zitronen Spanien - CRAE	6,50 €/kg
1645.....Stück	Limetten Brasilien - IA	8,50 €/kg
1677.....Stück	Pflaumen rot oder gelb, Kilo Itali	4,30 €/kg
1722.....kg	Trauben weiß Italien - DD	3,95 €/kg
1733.....kg	Trauben KERNLOS Italien - ICEA	6,65 €/kg
1855.....kg	Haselnüsse Frankreich - IA	17,90 €/kg
1866.....kg	Walnüsse Franquette AOP Frankre	11,90 €/kg
1881.....Stück	Maronen gegart 200gr Frankreich - I	7,50 €/Stück
1911.....Stück	Bananen, Kilo Dominikanische Republik	3,30 €/kg
1922.....Stück	Kiwi, Kilo Italien - IA	6,50 €/kg
1923.....Stück	Kiwi, gold Italien - IA	7,50 €/kg
1944.....Stück	Mango, Stück Spanien - CRAE	2,30 €/Stück
1955.....Stück	Granatapfel, St Spanien - IA	1,90 €/Stück
1960.....Stück	Kaktusfeigen Italien - IA	0,95 €/Stück
1980.....Stück	Datteln, 250gr Tunesien - DD	3,75 €/Stück

Würzmittel, Öle & Fertiggerichte

11850.....Stück	Sauerkraut servierfertig 500gr Di	2,50 €/Stück
11852.....Stück	Apfel-Rotkohl servierfertig Deutsc	2,59 €/Stück

Blumen und Pflanzen

21939.....Stück	Kräutertopf Liebstöckel regional eig	3,50 €/Stück
22190.....Stück	Mini Heuballen regional eig. Anbau - D	7,00 €/Stück